



IDEER TIL AKTIVITETER MED BØRN

Inspirationshæfte fra Aflastningsordningen
Til dig, der er aflastningsperson for et barn

Kom godt i gang

Her får du ideer og inspiration til aktiviteter, du som aflastningsperson kan lave med børn i Aarhus og omegn. Samtidig får du overblik over de priser, der er gældende, når du er aflastningsperson for et barn.

I nogle aflastningsopgaver er det et ønske fra forældrene, at du laver aktiviteter ud af huset sammen med barnet.

Det er forældrene der bestemmer, i hvilket omfang der skal finde aktiviteter sted, og om aktiviteterne må koste penge. Alle udgifter i forbindelse med aktiviteter betales af forældrene - det gælder eksempelvis entréudgifter til svømmehal, museum, biograf samt eventuelle transportudgifter.

Medarbejdertilgang og ledsagerkort

Som aflastningsperson har du to muligheder for at opnå gratis entré eller rabatter.

Den ene mulighed er medarbejdertilgangen (ansættelseskontrakten). Den anden mulighed er, hvis barnet har et ledsagerkort. I begge tilfælde skal du medbringe medarbejdertilgangen eller ledsagerkortet som dokumentation.

Ledsagerkortet

Danske Handicaporganisationer udsteder ledsagerkortet til personer med handicap, der har behov for en ledsager til at færdes i det offentlige rum. Kortet dokumenterer kortindehaverens behov for at have en ledsager med i fx bus, tog, museum, teater eller lignende.

Ledsagerbehovet retter sig mod alle uanset alder og kan være begrundet i både fysiske og psykiske funktionsnedsættelser.

Ledsagerkortet koster 200 kroner, og det gælder i tre år. Det er forældrene, der skal søge om kortet. Det gør de via et ansøgningsskema på handicap.dk/brugerservice/ledsagerkort.

Ledsagerkortet er barnets personlige kort og ledsageren kan være dig som aflastningsperson, forældre eller en helt tredje person.

Gode råd, inden I går i gang

- Skal aktiviteter ud af huset blive en succes, skal de tage udgangspunkt i barnets interesser, alder og funktionsniveau.
- Tal med forældrene om, hvad barnet kan lide, og hvordan aktiviteterne skal planlægges. Det er ofte en god ide at inddrage barnet i planlægningen.
- Afklar, om der er et beløb til at betale for aktiviteter, eller om der skal være tale om gratis aktiviteter?
- Er der særlige forholdsregler, der skal tages i forhold til barnets handicap? Det kan fx være barnets behov for forberedelse/videre hvad der skal ske, barnets overskud i forhold til at være steder med mange mennesker, barnets behov for pauser.
- Tag eventuelt kontakt til det sted I planlægger at besøge for at tjekke praktiske forhold så som åbningstider, entréudgifter, fysiske forhold mv. Er forholdene i orden for et barn med fysisk handicap? Hvordan kommer I til og fra? Har I mad og drikke med, eller kan det købes på stedet?
- Tag hensyn til barnets dagsform den pågældende dag og vær klar til at ændre på en planlagt aktivitet, hvis der er behov for det.

Brug nettet

Find inspiration til, hvad der sker i Aarhus og omegn. Tjek fx:

- aarhus.dk
- visitaarhus.com
- kulturnaut.dk
- sjovforborn.dk

Aarhus-guiden

Aarhus Kommune har været med til at lave app'en Aarhusguiden. Her kan du se, hvad der sker af aktiviteter i Aarhus.



Det sker fra dag til dag

Hjemmesiden boernekulturnaarhus.dk giver et overblik over aktuelle arrangementer for børn i Aarhus. Se, hvad der sker ved at vælge "kulturkalender for børn og unge" under fanen "hurtige links".

Kørestolsbrugere

Er du aflastningsperson for et barn, der sidder i kørestol, har Foreningen RYK en hjemmeside (ryk.dk). Under menupunktet "Tbasen" er en oversigt over mulighederne for at komme på offentlige steder i Aarhus. Hjemmesiden giver generel inspiration til oplevelser og seværdigheder og kan også bruges af andre.

Gratis

Nedenstående dækker oplevelser og aktiviteter, som er gratis for alle.

De fleste af tilbuddene har en hjemmeside, hvor du kan læse mere og se tidspunkter for arrangementer m.m.

Banegården

Kigge på store og små tog. Modeltoget i ventesalen koster 2 kroner.

Bazar Vest

Edwin Rahrsvej 32, Brabrand. Tlf. 86 25 42 11. bazarvest.dk
Gå på opdagelse. Bazaren byder på alt fra mad til tingeltangel.

Biblioteker

Høre musik, kigge i bøger, spille spil på nettet og selvfølgelig låne bøger, film og spil. Ind imellem er der oplæsning, teater eller andre arrangementer for børn. Se mere på aakb.dk.

Cirkus

Der er mulighed for at se dyrene udenfor, når der er cirkus i byen. Foregår ofte på Tangkrogen.

Fodbold

Det behøver ikke være en stor fodboldkamp – bare det, at man kan stå og heppe, kan være festligt.

Godsbanen

Skovgaardsgade 3, 8000 Aarhus C, Tlf. 84 40 99 48, godsbanen.dk
Godsbanen er et center for kunst og kulturproduktion, hvor I kan se udstillinger, høre koncerter og lignende. Udenfor er der legeplads, skateboardbane og mulighed for at komme op på taget og se ud over byen.

Der er fri adgang for alle, ligesom det er gratis at se udstillinger eller deltage i arrangementer.

Havnen

Gå tur på havnen og se på skibe eller gå i fiskebutikkerne.

Kirker

Besøg kirken for at opleve arkitekturen og stemningen. Domkirken er en udflugt værd.

Legeland i Storcenter Nord

Storcenter Nord har et stort gratis legeland for børn op til 8 år. Tumlingeområdet i bunden er for børn i alderen 0-3 år.

Legepladser/byggelegepladser

Byggelegepladser kan benyttes af alle børn. I kan frit komme og gå, og tilbuddet er gratis.

I hverdagene ind til klokken 17 er der ofte pædagogisk personale og aktiviteter. Ellers er der mulighed for at lege udendørs og se på de dyr, som ofte findes her. Byggelegepladserne findes over hele Aarhus Kommune, men prøv fx:

- Legepladsen Børnenes Hus, Hjortensgade 23, Aarhus C, Tlf. 87 13 81 41.
- Legepladsen Børnenes Jord, Thunøgade 2 A, Aarhus C, Tlf. 87 13 81 35.
- Legepladsen Skansen, Heibergsgade, Aarhus C, Tlf. 86 19 96 01.

Markeder

Der er grøntmarked hver lørdag formiddag på Ingerslev Boulevard. Samme sted er der loppemarked første og tredje søndag i måneden i perioden fra april til september.

Mindeparken og Marselisborg Slot

Mindeparken ligger i naturskønne omgivelser med en legeplads i midten. Bag Mindeparken ligger regentparrets sommerresidens Marselisborg Slot. Der er mulighed for at gå tur i slotshaven, når regentparret ikke opholder sig på slottet.

Musikhuset

Thomas Jensens Allé, Aarhus C, Tlf. 89 40 90 00, musikhusetaarhus.dk
Der er ofte gratis arrangementer.

Musikkonservatoriet

Skovgaardsgade 2 C, Aarhus C, Tlf. 72 26 74 00, musikkons.dk
Udbyder en række både rytmiske og klassiske koncerter med fri entre. Koncerterne foregår på forskellige adresser rundt om i byen.

Naturen

Der er mange muligheder for at bruge naturen i Aarhus og omegn. Det kan fx være parker, skove, søer, badestrande, cykelruter mv. Se aarhus.dk eller på skovognatur.dk.

Natursamarbejdet Brabrand

Louisesvej 100, 8220 Brabrand, natursamarbejdet.dk
Økologisk besøgslandbrug, som drives af børn og unge i Aarhus Kommune. Her kan I se på dyr, kigge på børnenes haver og besøge den økologiske gårdbutik.

Parker

Parkerne i Aarhus og omegn byder på forskellige mange oplevelser, fx:

- Botanisk Have.
- Dyrehaven med fritgående hjorte (tag foder med).
- Mindeparken.
- Moesgaard (sjov naturlegeplads, isbod, toiletter, skov).
- Forst Botanisk Have, ved siden af Mindeparken.
- Universitetsparken (store grønne arealer, fodre ænderne i

søen).

Stranden

Der er mange børnevenlige strande i og omkring Aarhus. Her kan I bade, bygge sandslotte, fange krabber, spille strandtennis. Der er livredder på Den Permanente.

Særlige arrangementer

boernekluturaarhus.dk

Der er ofte gratis aktiviteter i fx kulturugen og festugen.

Vilhelmsborg Ridecenter

Bedervej 101, Mårslet.

vilhelmsborg.dk

Mulighed for at kigge på heste og se ridestævner.

Væksthusene

Botanisk Have, Møllevejen 10, Aarhus C

Væksthusene er en del af Steno Museet og ligger i den østlige del af Botanisk Have. Her er mulighed for at se på plantesamlinger og besøge cafeen. Gratis adgang for alle.



Gratis entre

Oplevelser og aktiviteter, hvor børn under 18 år og aflastningsperson har gratis entre ved forevisning af kopi af medarbejdertilgang.

for barn og aflastningsperson

Aros

Aros Allé 2, Aarhus C, Tlf. 87 30 66 00, aros.dk

Besættelsesmuseet

Mathilde Fibigers Have 2, Aarhus C, Tlf. 86 18 42 77, besaettelsesmuseet.dk

Den Gamle By

Viborgvej 2, Aarhus C, Tlf. 86 12 31 88, dengamleby.dk

Moesgård Museum

Moesgård Alle 15, Højbjerg, Tlf. 87 16 29 32, moesgaardmuseum.dk

Naturhistorisk Museum

Universitetsparken, Aarhus C, Tlf. 86 12 97 77, naturhistoriskmuseum.dk

Stenomuseet

Universitetsparken, Aarhus C, Tlf. 89 42 39 75, stenomuseet.dk

Entre

Aktiviteter, som er forbundet med en udgift.

Hvor intet andet er nævnt skal barnet købe billet til normal pris, mens entre er gratis for aflastningsperson mod forevisning af ledsagerkort.

AGF hjemmekampe

NRGi Park & Arena, Stadion Allé 70, 8000 Aarhus C, Tlf. 89 38 60 00. Gratis billetter skal hentes ved personligt fremmøde på NRGi Arena i tidsrummet mandag til fredag klokken 9-15. Du skal her fremvise sin medarbejdertilgang. NB. Der gives ikke gratis adgangsbillet til aflastningspersoner ved køb i billetlugen på kampdagen.

Aqua i Silkeborg

Vejlsøvej 55, Silkeborg. Tlf. 89 21, 21 89, visitaqua.dk
Kørestolsbrugere har altid lov til at have en gratis "skubber" med.

Biograf

- Øst for Paradis, Paradisgade 7, Aarhus C, Tlf. 86 19 31 22.
- Biocity, Skt. Knuds Torv 15,

Aarhus C, Tlf. 70 13 12 11.

- Metropol, Tordenskjoldsgade 21, Aarhus N, Tlf. 70 13 12 11.
- Cinemaxx, Bruuns Galleri, Aarhus C, Tlf. 70 12 01 01.

Cirkus

Foregår som regel på Tangkrogen, Aarhus C. Hold øje med nettet og plakaterne rundt omkring i byen. Normal entrépris for aflastningsperson og barn.

DGI-huset

Værkmestergade 17, Aarhus C, Tlf. 86 18 00 88, dgi-huset.dk
Her er mulighed for blandt andet gymnastik, spring, forhindringsbane, hoppeborg, boldspil, klatring på klatrevæg. Normal entrépris for aflastningsperson og barn.

Djurs Sommerland

Randersvej 17, Nimtofte, Tlf. 86 39 84 00, djurssommerland.dk

Fregatten Jylland

Fregatøen, S.A. Jensensvej 2, Ebeltoft, Tlf. 86 34 10 99, fregatten-jylland.dk

Kattegat Centret

Færgevej 4, Grenå, Tlf. 86 32 52 00, kattegatcentret.dk
Halv pris for aflastningsperson ved forevisning af ledsagerkort. Barnet skal købe billet til normal pris.

Legelandet

Holmstrupgårdvej 18, Brabrand.
Tlf.86 24 11 22, legelandet.dk

Legoland

Nordmarksvej 5, Billund,
legoland.dk

Munkholm Zoo

Munkholmvej 5, Balle, Tlf. 86 33 71
57, munkholmzoo.dk

Randers Regnskov

Tørvebyggen 11, Randers, Tlf. 87
10 99 99, regnskoven.dk

Ree Park

Stubbe Søvej 15, Ebeltoft, Tlf. 86 33
61 50, reepark.dk

Skandinavisk Dyrepark

Nødagervej 67B, Kolind, Tlf. 86 39
13 33, skandinaviskdyrepark.dk

Skøjtehallen

Aarhus Skøjtehal, Gøteborg Allé 9,
Aarhus N, Tlf. 86 10 42 19.
Vær opmærksom på, at der er
udgifter til eventuel leje af skøjter.

Springcenter Aarhus

Aarhus Gymnastik og Motorikhal,
Hvidkildevej 11, 8240 Risskov, Tlf.
86 21 19 99, vik-gym.dk
Søndagsræs, hvor I kan boltre jer i
trampolincentret og i lege- og
motorikhallen. Se hjemmesiden
for åbningstider for forskellige
aldersgrupper.
Normal entrépris for

aflastningsperson og barn.

Svømmehaller

I nedenstående svømmehaller er
der gratis entre som aflastnings-
person ved forvisning af kopi af
medarbejdertilgang. Barnet skal
købe billet til normal pris.

- Egelund Svømmehal, Bredgade
5, Malling.
- Gellerupbadet, Dortesvej 43,
Brabrand, Tlf. 86 25 69 01.
- Lyseng Svømmebad, Lysengvej
4, Højbjerg, Tlf. 87 13 33 85.
- Badeanstalten Spanien,
Spanien 1, Aarhus C, Tlf. 86 13
25 77.
- Aarhus Svømmestadion, F.
Vestergaardsgade 3, Aarhus C,
Tlf. 86 12 86 44.

Teater

Aarhus Teater
Teatergaden, Aarhus C, Tlf. 89 33
23 00, aarhusiteater.dk
Vær opmærksom på, at børn og
unge under 25 år får halv pris på
en del forestillinger.

Filuren, Musikhuset Aarhus
Thomas Jensens Alle, Aarhus C,
Tlf. 22 84 81 85, filuren.dk
Filuren er et teater for børn og
unge.

Tivoli Friheden

Skovbrynet 5, Aarhus C, Tlf. 86 14

73 00, friheden.dk

Normal pris for forlystelser med undtagelse af situationer, hvor barnet ikke kan prøve forlystelsen uden aflastningspersonens deltagelse.

Togture

En tur med toget kan være en oplevelse i sig selv. Prøv fx følgende ture:

- Wilhelmsborg med "Oddergrisen"
- Søerne i Skanderborg
- Veteranbanen i Ry (sjovt og flot veterantog, der kører mellem Silkeborg og Ry i meget smuk natur).

Ledsagerkortet giver rabat på togture for både barn og aflastningsperson, hvis barnet er fyldt 13 år.



Andre aktiviteter

- Flyve med drage
- Lege i sne, kælke
- Læse bøger
- Blæse sæbebobler
- Bygge huler inde og ude
- Tage på ture med madpakker – eventuelt i skoven med lup
- Lege med balloner
- Gemmeleg
- Spille fodbold
- Lege røver og soldater
- Lege frisør
- Cykle, stå på rulleskøjter, skateboard eller løbehjul
- Fiske og fange krabber
- Brætspil og kortspil
- Spille på computer, play-station, wii
- Lektier
- Fodre ænder – hent eventuelt gammelt brød ved bageren
- Lege cirkus eller spille teater
- Udklædningslege
- Lege med kartoffelmel rørt ud i vand – får en sjov konsistens
- Høre musik, synge og danse
- Ting forbundet med højtider: halloween, fastelavn, jul m.fl.
- Bruge internettet
- Tegne, male, klippe, klistre
- Perler og smykker
- Sy, brodere, hækle
- Lave mad, bage
- Modellervoks eller saltdej
- Lave gymnastikbane enten ude eller inde (kravle over/under, hoppe, trille, slå kolbøtter, gå balancegang)
- Tegne med kridt på vejen
- Sortere ting i farver, størrelse, form m.m.
- Ansigtsmaling
- Sjippe og hinke
- Lave skattekort og tage på skattejagt.

Handicapcenter for Børn
Aflastningsordningen
Grøndalsvej 1B
8260 Viby J

Tlf: 89 40 54 40
aflastning@aarhus.dk

www.aarhus.dk/timeaflastning